

# 여자 핸드볼 선수단 『부산BISCO』 일본 전지훈련 결과보고

## 요 약

- 추진배경: 각종 대회 대비 실전훈련 및 일본 핸드볼 벤치마킹
- 훈련기간: 2023. 9. 4.(월) ~ 9. 12.(화) ▷ 8박9일
- 출 장 지: 일본 구마모토, 나고야
- 참가인원: 총 18명(인솔단 2명, 선수단 16명)
- 방문구단: 오므론, 미에 구단
- 훈련결과
  - ✓ 4개 일본 핸드볼 구단과 친선경기 6회, 합동훈련 7회
  - ✓ 공단-미에 국제친선 정식경기 추진
  - ✓ Omron Koyo Center, AGF Suzuka Arena 등 시설 견학

# 『부산BISCO』 일본 전지훈련 결과보고

제104회 전국체육대회 및 2023-2024 H리그 우수성적 달성을 위해 일본으로 전지훈련을 추진하고 결과를 보고드립니다.

## 1. 추진배경

- 제104회 전국체육대회 및 2023-2024 H리그 대비 실전 훈련
- 일본 핸드볼의 빠른 전술 스타일 경험을 통한 전술 다양성 확보
- 일본 핸드볼 구단의 시설견학 및 스포츠 마케팅 방식 등 벤치마킹
- 22-23 SK핸드볼코리아리그 포스트시즌 준우승 성과 포상 및 분위기 쇄신

### 《 최근 3년 성과 》

	20-21	21-22	22-23
SK핸드볼코리아리그	통합우승	정규3위	포스트시즌 준우승

## 2. 추진개요

### ■ 추진계획

- 기 간: 2023. 9. 4.(월) ~ 9. 12.(화) 【8박 9일】
- 장 소: 일본(나등급) 구마모토, 나고야
- 참가인원: 총 18명(인솔단2, 선수단 16)
  - 인솔단: 행정3급 박상화, 행정7급 유효문
  - 선수단: 16명(감독 1, 코치 1, 트레이너 1, 선수 13) ※ 국가대표 1명, 부상선수 2명 제외
- 이동수단: 항공 및 대중교통
- 소요예산: 금54,336,210원(금오천사백삼십삼만육천이백일십원)
- 예산과목: 본사, 예술단원·운동부보상금, 여자핸드볼팀 운영



## 《 체재비 지급 기준 》

- 공무원 국외 여비 지급표(공무원 여비 규정 별표4)에 따름

구분	등급	일비	숙박비	식비
본부장 이상	나	\$35	\$160(상한액)	\$78
직원	나	\$30	\$137(상한액)	\$59

※ 2023년도 공무원 여비업무 처리기준에 따라 소속기관의 장은 출장자 등에게 숙박비를 할인 정액으로 지급할 때에는 숙박비 실비 상한액의 85%에 해당하는 금액을 지급하여야 한다.

## 주요일정

일 자	출발지	도착지	현지시간	교통편	방문기관	주요일정
9/4(월)	김해국제공항	일본 구마모토	09:00~13:00	항공 및 차량	오므론 핸드볼	훈련지 이동 및 적응훈련
9/5(화)	-	-	-	-	-	오므론 핸드볼 구단, 히로시마 핸드볼 구단과 합동훈련 및 친선경기
9/6(수)	-	-	-	-	-	
9/7(목)	-	-	-	-	-	
9/8(금)	-	-	-	-	-	
9/9(토)	일본 구마모토	일본 나고야	10:10~11:30	항공 및 차량	미에 핸드볼	훈련지 이동
9/10(일)	-	-	-	-	-	미에 핸드볼 구단, 나고야 핸드볼 구단과 합동훈련 및 친선경기
9/11(월)	-	-	-	-	-	
9/12(화)	일본 나고야	김해국제공항	13:40~17:45	항공 및 차량	-	부산 복귀

## 주요구단 사전정보

구 단 명	OMRON PINDYS(오므론)	MIE VIOLET IRIS(미에)
인 원 수	총 30명 (감독1, 코치2, 트레이너1, 분석관1, 선수25)	총 27명 (감독1, 코치2, 트레이너1, 선수23)
연 고 지	구마모토현 야마가시	미에현 스즈카시
특 이 사항	<ul style="list-style-type: none"> <li>선수들은 오므론 회사 사원으로 계약하여 근무 후 저녁에 훈련 실시</li> <li>연봉수준은 일반 회사원과 비슷하나 선수 은퇴 후에도 오므론 회사에서 근무(요양보호사, 판매원, 서무 등)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>미에 구단은 120여개 <b>혼다를 비롯한 소규모</b> 후원기업에 의해 운영됨.</li> <li>선수들은 후원기업의 회사원으로 계약하여 은퇴 후에도 후원기업에서 근무 가능</li> <li>오전/오후 근무 후 저녁에 훈련 실시</li> </ul>
비 고	<ul style="list-style-type: none"> <li>공단 주장 이미경 선수 前소속구단</li> <li>한체대 정지인, 손민경 顯소속구단</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>2016년도 부산컵 국제친선대회 참가 구단</li> <li>2018년도 일본 전지훈련 대상 구단</li> </ul>

## 4. 추진결과 및 벤치마킹

### ■ 일본 핸드볼 구단 4개팀과 친선경기 6회, 합동훈련 7회 완료

#### ○ 참여 일본 핸드볼 구단

- OMRON PINDYS(오므론, 연고지: 구마모토 야마가)
- HIROSHIMA MAPLE REDS(히로시마, 연고지: 히로시마)
- MIE VIOLET IRIS(미에, 연고지: 미에 스즈카)
- HC NAGOYA(나고야, 연고지: 아이치 나고야)

#### ○ 훈련장소: Omron Koyo Center, AGF Suzuka Arena 등

#### ○ 훈련방식: 공수 교대 훈련, 친선경기, 삼파전 합동 훈련 등

### ■ 훈련장 시설

#### ○ 오므론 구단의 경우 핸드볼 전용 훈련장(Omron Koyo Center) 보유

##### ※ 우리나라의 경우 여자 8구단 중 SK, 삼척시청 2개 구단 전용 훈련장 보유

- SK, 삼척 외 서울, 인천 등은 市 체육관에서 운동(공단: 기장체육관 사용)

#### ○ 외부에는 쾌적한 대기실을 만들어 선수단 홍보 또는 간담회에 활용

#### ○ 바닥 전체를 PVC탄성바닥재로 시공하여 선수들의 훈련 수행능력 증대

##### ※ PVC 탄성바닥재: 탄성, 선수 운동능력 증대, 미끄럼방지과 소음저감 우수



훈련장 전경

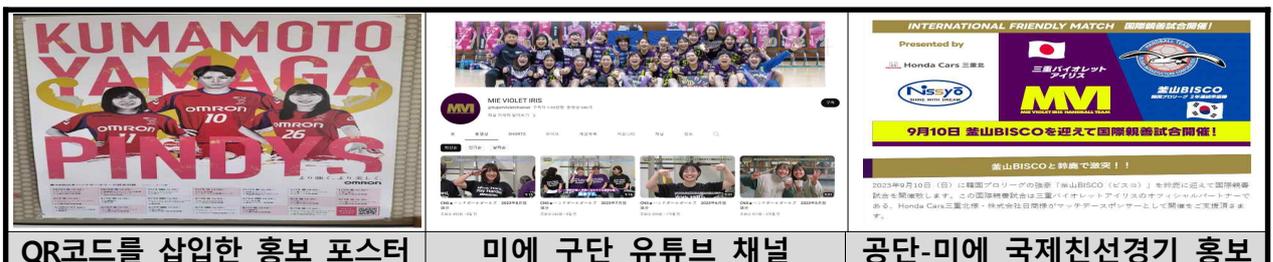
PVC바닥소재(스포츠 전용)

외부 대기실

### ■ 스포츠 마케팅(구단 홍보)

#### ○ 일본 구단은 각자의 구단 홈페이지 또는 SNS 채널 별도 운영

- 선수단 소개, 인터뷰, 경기 하이라이트 등 다양한 내용으로 구단 홍보



QR코드를 삽입한 홍보 포스터

미에 구단 유튜브 채널

공단-미에 국제친선경기 홍보

## ■ 관객(팬) 문화 및 시민의식

- 일본의 핸드볼 관객은 연고지 구단에 대한 대단한 자부심을 가짐
- 특히 경기 또는 훈련 종료 후 관객들과 선수들이 자발적으로 경기장을 청소하는 문화가 인상적임 ▶ 구단과 팬은 하나라는 의식을 보여줌.



## 5. 시사점 및 제언

- 일본 핸드볼 구단은 두 가지 운영 형태를 가지고 있는데 첫 번째는 기업에서 직접 운영(오므론 사례)하는 것이고, 두 번째는 여러 후원기업들이 소규모 자본을 투자하여 운영(미에, 나고야 사례)하는 것임.
- 일본 핸드볼은 한국 핸드볼 선수들에 비해 작은 키 등 선수들의 타고난 신체능력이 열세하나, 속공 위주 경기로 이를 극복하는 것이 인상적임.
- 오므론 구단의 핸드볼 전용 훈련장, PVC탄성바닥재 시공 등 잘 갖추어진 시설은 공단에 귀감이 되었으며, 우리 공단도 핸드볼 전용구장 확보 또는 훈련 시설 개선에 노력이 필요함.
- 미에 구단의 경우 2016년도부터 부산컵 국제친선대회 등을 통해 꾸준히 협력 관계를 맺어오고 있으며, 향후 구단 간 협약 등으로 해외전지 훈련 유치 및 문화교류의 장을 형성하여 부산의 핸드볼 발전에 기여할 수 있다고 사료됨.

붙임 일본 전지훈련 일지 1부. 끝.

# 일본 전지훈련 일지

## ■ [1일차] 일본 구마모토 이동 및 현지 적응훈련



- 일본 구마모토 공항 도착 후 오므론 구단 인솔하에 체육관 방문
- 훈련 일정 협의 및 현지 적응훈련, 공수 교대 훈련

## ■ [2일차] 오므론 구단과 합동훈련 및 친선경기



- 오므론 구단은 뛰어난 속공 능력과 지치지 않는 체력이 돋보임
- 8월부 입단한 외국인 선수 2명 및 선수들간 적응 훈련 실시

## ■ [3일차] 오므론, 히로시마 구단과 삼파전 친선경기 등



- 오므론 구단과 공수 교대훈련을 통해 공격·수비 각각 집중하여 여러 가지 지공<sup>1)</sup> 세트플레이 운영 능력 배양
- 공단 - 오므론 - 히로시마 삼파전 추진하여 속공 기반의 경기력 향상
- 빠른 속도와 끈끈한 조직력의 일본 구단 경기력 습득

1) 지공: 구기 경기에서 시간을 끌며 느리게 공격하는 경기운영 방식(반의어: 속공)

## ■ [4일차] 히로시마 구단과 합동 훈련 및 재정비



지공 세트플레이 훈련

히로시마 구단과 공수 교대훈련

- 일본 구단의 촘촘한 수비벽을 뚫기 위한 지공 세트플레이 훈련
- 공수 교대훈련을 통해 선수들간 호흡 맞춤 및 각종 훈련 용어 정비

## ■ [5일차] 오프론 히로시마 구단과 친선경기 및 구마모토 일정 마무리



(오전)공단 - 오프론 / (오후)공단 - 히로시마 친선경기

- 5일간의 특별훈련을 통해 안정화된 경기운영 및 팀워크 향상
- 제104회 전국체육대회의 경기 감안, 일2회 풀타임 경기를 통해 피로누적 등 각종 상황에서 감정 통제 및 극복 훈련 추진
- 3구단 간담회 등을 통해 훈련내용 복기 및 핸드볼 문화 교류

## ■ [6일차] 구마모토 → 나고야 이동



일본 나고야 공항

- 구마모토에서 나고야로 이동 후 개인정비 실시

## ■ [7일차] 미에 구단과 국제친선 이벤트 경기 실시



미에 구단과 국제친선 이벤트 경기

- 심판 운영, 유튜브 중계, 관객 입장 등 정식경기 형태로 실시
- 속공 기반의 미에 구단에 28 : 23으로 5점차 승리

## ■ [8일차] 미에, 나고야 구단과 친선경기 및 문화 교류



공단 - 미에 - 나고야 삼파전

3구단 공수 교대훈련

골키퍼 노하우 전수

- 7일간의 혹독한 훈련과 실전 경기를 통해 경기 감각을 최대치로 끌어올려 훈련 초반보다 매우 안정적인 팀플레이 구사
- 나고야 구단의 요청으로 신창호 코치가 골키퍼 노하우 전수

## ■ [9일차] 나고야 → 인천 → 부산 복귀



김해 국제공항 도착 후 구단버스로 이동